

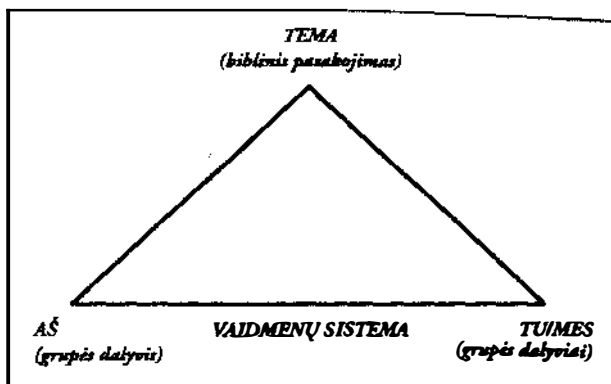
## ASMENYBĖS SAVIVOKOS POKYČIAI BIBLIODRAMOS GRUPĖJE

GIEDRIUS MARKEVIČIUS

Sąvoka *bibliodrama* reiškia draminių veiksmą pagal tam tikrą tekstą (gr. *biblio* – tekstas, gr. *drama* – veiksmas). Dažniausiai bibliodramoje naudojamas Biblijos tekstas (ir šiame darbe kalbėdami apie tekstą, turėsime omenyje Biblijos tekstą).

Ankstyvaisiais bibliodramos šaltiniais galima laikyti antikinę bei viduramžių liturginę dramą. Šiuolaikinė bibliodrama, integruojanti J. L. Moreno psichodramos metodinius principus, savo forma gerokai nutolo nuo viduramžių misterijų, tačiau savo esme liko daug kuo panaši. Šio metodo padedami per draminių veiksmą grupės dalyviai susitapatina su jiems artimais Biblijos veikėjais ir tais vaidmenimis ima bendrauti tarpusavyje, išplėsdami Biblijos situaciją į juos pačius supančios aplinkos sistemą. Čia savaime išryškėja skausmingiausios dalyvių problemos, aktualiausi troškimai, individualūs talentai. Tokiu būdu bibliodramoje bandoma pagilinti asmenybės refleksiją, atgręžti žmogų į savo išgyvenimų pasaulį, sužadinti jo saviraišką ir kūrybiškumą [R. Passauer, 1987]. Bibliodrama aktualizuoja Biblijoje keliamus egzistencinius klausimus, pasirinkimo situacijas, pagrindinius žmogaus gyvenimo konfliktus bei jų sprendimo būdus. Asmeninė grupės dalyvių patirtis susiejama su Biblijos personažų išgyvenimais bei jų mąstymo stereotipais. Čia svarbiausias dalykas yra bibliodramos dalyvio jausmų, asmeninių projekcijų bei potencijų įsisąmoninimas [Langer, 1987, p. 8]. Todėl grupinės psichoterapijos kontekste bibliodramą tiksliausia vadinti psichokorekcinė asmenybės tobulėjimo grupe.

Taigi bibliodrama – tai mokymosi metodas, kurio teorinį pagrindą galima paaiškinti remiantis C. R. Cohno (1981) “Į temą orientuotos sąveikos modeliu”. Tada bibliodramos metodo schemą galima būtų pavaizduoti kaip “Aš” (grupės dalyvio), “Tu” arba “Mes” (grupės) ir “temos” (biblinio pasakojimo) sąveikos trikampį.



*1 pav. Bibliodramos metodo schema*

Trumpai apibūdinsime šios sąveikos ypatumus. Pasakojimas bibliodramos metu sudabartinamas ir išreiškiamas per veiksmą. Svarbu tai, kad Biblijos situacija nėra kopijuojama pagal tekstą, bet improvizuojama ir plėtojama toliau.

Vėliau analizuojamas ne tik grupėje gimęs veiksmas, bet ir pats pasakojimas – ką jis reiškia čia ir dabar kiekvienam dalyviui. Tokiu būdu grupės dalyviai tam tikroje situacijoje iš Biblijos atpažįsta ir naujai įsisąmonina tai, kas jiems aktualu juose pačiuose ir jų gyvenime (savo viltis, troškimus, būgštavimus). Savęs atpažinimas biblinėse situacijose, kuriose įamžinta bendražmogiška patirtis (vertybės, jausmai, elgesio būdai), yra pagrindinė bibliodramos poveikio sąlyga. Šis atpažinimo reiškinys kitaip vadinamas grupės dalyvio ir biblinio pasakojimo sąveikos rezonansu.

Pažymėtina tai, kad bibliodramos grupėje, remiamtis minėtu rezonanso mechanizmu, skatinama ne tik įsisąmoninti tą nejuociom vykstantį susitapatinimą, bet sąmoningai tapatinintis su tam tikrais veikėjais ir išreikšti save per tuos vaidmenis grupės darbo metu.

Čia dažnai atsiranda įtampa tarp poreikio išreikšti save ir baimės tą daryti [Andriessen, 1991, p. 47]. Būtent šios įtampos fone vyksta apsisprendimas įveikti savo baimes, konkrečioje situacijoje išsakant savo jausmus, reaguojant į kitus grupės dalyvius tam tikrais gestais. Tai gali būti priėjimas, užkalbinimas, apkabinimas ir pan. Tai yra bibliodramoje skatinamas vidinis judesys [Andriessen, 1991, p. 47], pasireiškiantis kaip laisvanoriškas valios aktas. Jis atgaivina patirtį, kurią grupės dalyvis nešioja

savyje kaip savo gyvenimo istoriją, ir atspindi dabartinę jo savivoką. Kadangi per šį vidinį judesį grupės dalyvis atpažįsta savyje ir kažką nauja, jo savivoka neišvengiamai keičiasi, sužadindama vidinį judesį ir kitiems dalyviams. Tai skatina grupėje tarpasmeninę sąveiką.

Tarpasmeninė sąveika bibliodramoje vyksta per vaidmenis. Vaidmenų sąveikai bibliodramoje būdinga tai, kad kiekvienas grupės dalyvis, susitapatinęs su tam tikru vaidmeniu, gali taip pat nujausti, kaip kitas dalyvis išgyvena savo vaidmenį. Toks empatiškas grupės dalyvių kontaktas bibliodramoje vadinamas vaidmenų perėmimu [Andriesen, 1991, p. 108]. Kuo intensyvesnis vaidmenų perėmimas, tuo dinamiškesnis ir bibliodramos procesas.

Kitas svarbus vaidmenų sąveikos rezultatas bibliodramoje yra pastovi pasirinkimo dinamika. Netgi vieno grupės užsiėmimo metu dalyvio santykis su savo vaidmeniu nuolat kinta. Mat kitų grupės dalyvių reakcijos skatina atsiskirti į save ir koreguoti per vaidmenį besireiškiančią savivoką. Todėl tai, kaip keičiasi dalyvių pasirinkami vaidmenys dirbant su grupe, atspindi jų savivokos pokyčius. Susitapatindamas su kiekvienu nauju vaidmeniu, grupės dalyvis visada integruoja kažką nauja į savęs pažinimą; pastarasis prasiplečia ir asmens savivoka tampa labiau diferencijuota.

Be to, bibliiniai vaidmenys ir pavyzdžiai neretai išryškina grupės dalyviui jo problemas, konfliktus bei galimybes juos spręsti. Todėl vienas pagrindinių bibliodramos uždavinių yra padėti grupės dalyviams atskleisti ir įsisauginti ryšį tarp asmeninės patirties ir pasirinkto vaidmens.

Kaip matyti iš aukščiau išdėstytų teorinių prielaidų, grupės dalyvis bibliodramoje, tapatindamasis su vaidmenimis, atpažindamas save bibliiniame pasakojime, draminiame veiksmė išgyvendamas "vidinį judesį", nuolat tarsi atsisuka į save. Per šią refleksiją jis (ji) ne tik dalyvauja veiksmė, bet ir suvokia save kaip veikėją. Be to, grįžtamasis ryšys, kurį dalyviai jaučia iš kitų grupėje, praturtina ir keičia jų savivoką. Dėl to bibliodramos užsiėmimų ciklo pabaigoje dalyviai suvokia save kitaip negu grupės darbo pradžioje. Tą patvirtina ir ankstesnis tyrimas (bibliodramos grupės įtaka asmenybės saviraiškos lygiui – atliktas šio straipsnio autoriaus), parodęs, jog šis grupinis metodas labiau nei ką kitą veikia savivokos pokyčius.

Remdamiesi nedirektyviosios terapijos pradininko K. Rogerso daugelio stebėjimų ir tyrimų išvadomis, kad psichoterapijos proceso metu žymiai besikeičianti žmogaus savivoka atspindi svarbius jame vykstančius asmenybinius pasikeitimus, šiame darbe susitelkėme į tokį bibliodramos grupės poveikio aspektą kaip "savivokos sistemos" arba "aš struktūros" (*self-structure*) pokyčiai.

Anglų psichologas R. B. Bernsas (1986), apibendrinęs daugelio tyrinėtojų asmenybės koncepcijas, asmenybės “aš struktūrą” apibrėžia kaip individo į save nukreiptų nuostatų (arba savęs suvokimų) visumą. R. B. Bernsas išskiria tokius pagrindinius savivokos modalumus, kaip “realusis aš”, “idealusis aš” ir “veidrodinis aš”.

“Realusis aš” – individo nuostatos, susijusios su tuo, kaip jis suvokia savo aktualius sugebėjimus, vaidmenis, savo statusą ir pan.; jos atspindi žmogaus įsivaizdavimą apie tai, koks jis yra iš tikrųjų.

“Veidrodinis (socialinis) aš” – nuostatos, susijusios su individo įsivaizdavimu apie tai, kokį jį mato kiti; tai atspindi interiorizuotas socialines reakcijas, vadinamas suvoktu vertinimu.

“Idealusis aš” – nuostatos, išreiškiančios individo įsivaizdavimą apie tai, koks jis norėtų būti [Berns, 1986, p. 66].

Taigi “aš struktūra” yra organizuota, kintanti suvokimų konfigūracija arba, kitaip tariant, savivokos sistema.

Iš to akivaizdu, jog individas suvokia pasaulį subjektyviai – per savivokos prizmę. Anot K. Rogerso, žmogus gyvena pagal savo suvokiamą žemėlapi (map), kuris niekada nėra pati realybė. “Organizmas reaguoja į “lauką” pagal tai, kaip jį patiria ir suvokia. Šis suvokimo laukas individui yra realybė.” [Rogers, 1965, p. 484]

Individualios ar grupinės psichoterapijos metu vykstantys asmenybės pokyčiai, kaip pažymi nedirektyviosios terapijos pradininkas, pirmiausiai reiškiasi nauju savęs ir realybės suvokimu. Pirmiausia žmogus išgyvena seniau neigtus savo jausmus ir įtraukia juos (bet jau kaip patyrimą, o ne kaip simbolius!) į savo “aš struktūrą”. Todėl, kaip nurodo K. Rogersas, sumažėja prieštaravimai taip to, kaip žmogus suvokia save pats, ir to, kaip jį suvokia kiti [Rogers, 1961, p. 237].

Iki galo išgyvenęs, išreiškęs seniau slopintus jausmus ir tokiu būdu praplėtes jų spektrą, žmogus ima judėti “nuo abstrakčios prie diferencijuotos savivokos” [Rogers, 1961, p. 185].

Be to, po sėkmingos psichoterapijos aiškiau imamos suvokti savo galimybės ir ribos, atsiskleidžia nerealių idealų ir laukimų, atsiranda didesnė darna tarp asmenybės “realiojo aš” ir “idealojo aš”.

Ar galima tikėtis panašių pokyčių bibliodramos grupėje? Iki 1994 metų šis metodas Lietuvoje nebuvo taikytas ir tyrinėtas, tačiau dabar jo populiarumas tarp studentų vis didėja. Apklausus bibliodramos grupės dalyvius paaiškėjo, kad dauguma iš jų lanko šiuos užsiėmimus siekdami giliau pažinti save bei išspręsti tam tikras savo bendravimo problemas. Kyla klausimai, ar bibliodrama gali būti taikoma (taikytina) kaip

psichoterapijos metodas, kokios yra jos taikymo ribos ir perspektyvos.

Siekiant atsakyti į šį klausimą būtina, pasitelkus tinkamus psichologinio įvertinimo būdus, atidžiau pažvelgti į asmens pokyčius bibliodramos grupėje. Todėl pagrindiniai šio tyrimo tikslai yra:

- 1) atskleisti bibliodramos grupės dalyvių savivokos pasikeitimus bei bendras šių pokyčių tendencijas grupėje;
- 2) nustatyti, ar grupės darbo metu išryškėję dalyvių savivokos pokyčiai tebesitęsia ir pasibaigus grupės darbui.

### Metodika

*Tiriamieji.* Tai šešiolika atvykusių pagal skelbimą ir pareiškusių norą dalyvauti bibliodramos užsiėmimuose Vilniaus aukštųjų mokyklų studentų ir studentėjų.

Kadangi optimalus bibliodramos grupės dalyvių skaičius yra 6–10 žmonių, tiriamieji buvo padalinti į dvi grupes po 8 žmones.

I grupėje dalyvavo 6 merginos ir 2 vaikinai, II grupėje – 7 merginos ir 1 vaikinai.

I grupės užsiėmimai vyko 6 mėn.; buvo susitinkama kas antrą savaitę (iš viso: 51 val.). II grupės užsiėmimai vyko 3 mėn.; buvo susitinkama kiekvieną savaitę (iš viso: 45 val.). Abiejų grupių struktūra buvo tokia pati, susitikimų skaičius panašus (I grupėje – 17 susitikimų, II grupėje – 15 susitikimų), panašus dalyvių amžius (18–29 m.) ir kitos demografinės charakteristikos.

Todėl abiejų grupių dalyvių duomenys analizuojami kartu.

*Psichologinio įvertinimo būdai.* 1. Klausimynas<sup>1</sup>, sudarytas remiantis K. Rogerso ir kitų tyrinėtojų pastebėjimais, jog žmogaus savivoka lemia gana pastovius elgesio būdus. Reiškia, grupės darbo metu besikeičianti dalyvio savivoka atsispindės ir jo (jos) pasikeitusiame elgesyje [Berns, 1986, p. 66].

Atsižvelgiant į tokius, anot I. Yalom (1978), svarbiausius terpinius veiksmus grupėje, kaip savęs supratimas, jausmų išlaidavimas ir įsijautimas į kitą, elgesio vertinimo kriterijais pasirinkti autentiškumas, jausmų raiška ir empatija. Pagal šiuos kriterijus kiekvienas grupės dalyvis gali kiekybiškai įvertinti (1–10 balų skalėje) tiek savo, tiek visų kitų dalyvių elgesį po kiekvieno grupės užsiėmimo, atsakydamas į tris klausimyne pateiktus klausimus:

<sup>1</sup> „Savo elgesio grupėje įvertinimo klausimynas“ čia vadinamas tiesiog „klausimynu“.

1. Kiek buvau natūralus šiandien grupėje?
2. Kiek laisvai reiškiau šiandien savo jausmus grupėje?
3. Kiek buvau jautrus šiandien kitiems grupės dalyviams?

Šiuo klausimynu (sumuojant visus dalyvių įvertinimus) siekiama nustatyti, kiek tiriamojo savęs vertinimas skiriasi nuo to, kaip jį vertina kiti grupės dalyviai. Tuo remiantis galima daryti išvadas apie tiriamojo savivokos adekvatumą ir jos pokyčius grupinio darbo metu.

2. Repertuarinių gardelių technika – tai “būdas įvertinti asmenybės savivokos sistemą, t. y. ryšių tarp individo savęs stebėjimo rezultatų ir jo susikurtų asmenybės konstrukčių sistema” [Ford, 1991]. Kitaip tariant, ši technika padeda atskleisti tiek egzistuojančius asmenybės konstruktus, tiek ryšius tarp jų pagrindu suskirstytų elementų, užfiksuotus individualioje repertuarinėje gardelėje.

Repertuarinė gardelė yra matrica, kurios stulpelius atitinka vadinamieji elementai (tos pačios srities homogeniški objektai: vaidmenys, situacijos, sąvokos, konkretūs daiktai ir pan.), o eilutes – konstruktai (su pasirinktais elementais derantys objektų diferencijavimo būdai: parametrai, skalės, ypatybės ir t. t.).

Kiekvienas šios matricos stulpelio ir eilutės susikirtimas vadinamojoje “gardelėje” jau yra tam tikras dydis, rodantis, kaip šis asmuo konkretų konstrukčią įvertino konkretaus elemento atžvilgiu. Repertuarinė gardelė laikoma užpildyta, kai visi jos konstrukčiai būna įvertinti elementų atžvilgiu.

Šiame tyrime buvo naudojama ranginio tipo gardelė, t. y. visi elementai buvo skirstomi kiekvieno konstrukto atžvilgiu. Kadangi tyrime siekiama atskleisti grupės dalyvio savivokos pokyčius, buvo pasirinkta vienuolika elementų, atspindintys įvairius savivokos aspektus<sup>2</sup>. Asmenybiniais konstruktais šiame tyrime nutarta laikyti tas dešimt asmenybės ypatybių, kurias savyje atras ir įvardys kiekvienas tiriamasis (pvz., nepasitikintis savimi, susikaustęs ir t. t.). Tuo tikslu kiekvienam iš šešiolikos tiriamųjų buvo sudaryta atskira repertuarinė gardelė.

**Tyrimo eiga.** Tyrimas buvo atliktas dviem etapais. Pirmasis – repertuarinės gardelės sukūrimas. Atskira kiekvienam tiriamajam repertuarinė gardelė buvo kuriama su juo (ja) sudarant jo (jos) asmenybės konstrukčių rinkinį. Asmenybės konstrukčiai buvo išaiškinti “konteksto metodu” [Fransella, 1987, p. 47]. Tuo tikslu prieš tiriamąjį išdėstyta 11 kortelių su minėtais elementais:

- c1 – aš, koks(-ia) esu;
- c2 – aš, koks(-ia) norėčiau būti;

---

<sup>2</sup>“Realųjį aš” atspindi elementas c1 (“aš, koks esu”), “idealųjį aš” – elementas c2 (“aš, koks norėčiau būti”), atskirus “veidrodinio aš” aspektus žymi elementai c4 c6 c8 c10, atskirus “realiojo aš” aspektus – elementai c5, c7, c9, c11.

- c3 – aš, koks(-ia) būsiu po trijų mėnesių;
- c4 – aš, koks(-ia) esu šeimoje;
- c5 – aš, kokį(-ią) mane mato šeimoje;
- c6 – aš, koks(-ia) esu draugų rate;
- c7 – aš, kokį(-ią) mane mato draugų rate;
- c8 – aš, koks(-ia) esu su artimiausiu žmogumi;
- c9 – aš, kokį(-ią) mane mato artimiausias žmogus;
- c10 – aš, koks(-ia) esu su priešišku žmogumi;
- c11 – aš, kokį(-ią) mane mato priešiškas žmogus.

Tiriamoji prašoma sugrupuoti juos po du ir apibūdinti, kokia asmenybės ypatybė juos sieja; ta pati procedūra tęsiama su kitomis elementų poromis, kol įvardijama 10 asmenybės ypatybių, pakankamai išsamiai apibūdinančių patį tiriamąjį. Tokiu būdu išaiškinti asmenybės konstruktai perkeliama į matricos stulpelius (eilutėse – pastovūs 11 elementų). Tai – jau sukurta repertuarinės gardelės matrica.

Šiame tyrime dalyvių repertuarinės gardelės matricos buvo sudarytos dar prieš prasidedant grupiniams užsiėmimams.

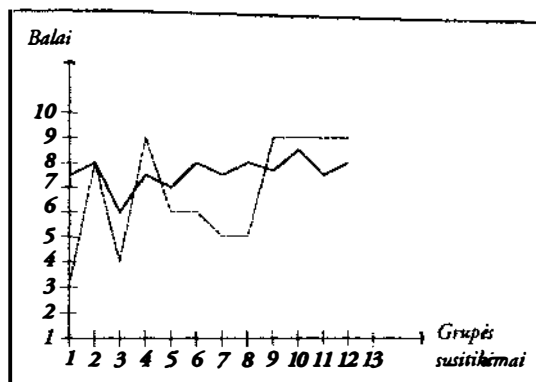
Antroji dalis – repertuarinių gardelių užpildymas. Tiriamajam pateikiama 11 kortelių su užrašytais elementais. Prašoma tas korteles suskirstyti (išdėstyti norima tvarka) kiekvieno konstrukto atžvilgiu. Tyrėjas surašo šiuos rangų numerius į elementų ir konstrukty sankirtos langelius matricoje. Taip galutinai užpildoma visa repertuarinės gardelės matrica.

Matricos su kiekvienu tiriamuoju pildytos vienodais laiko tarpais: I grupėje – jos darbo pradžioje (po pirmo susitikimo), darbo pabaigoje ir praėjus 3 mėn. po užsiėmimų pabaigos. II grupėje – 3 mėn. iki grupės darbo pradžios, jos darbo pradžioje, pabaigoje ir praėjus 3 mėn. po užsiėmimų pabaigos.

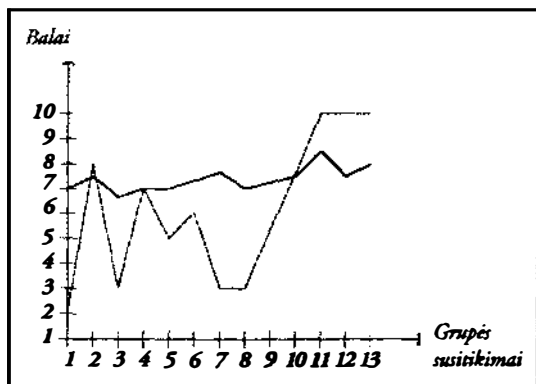
### **Rezultatai ir jų aptarimas**

*Savivokos adekvatumo pokyčiai.* Šie pokyčiai buvo apskaičiuoti remiantis tik klausimyno duomenimis.

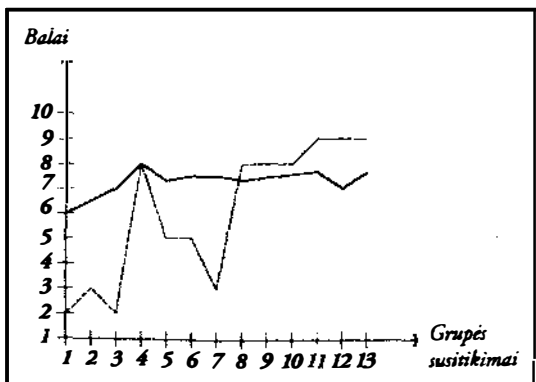
Kiekvieno tiriamojo klausimynų duomenys buvo užfiksuoti atskirame grafike pagal kiekvieną kriterijų (dėl vietos stokos pavaizduoti tik dalyvio S grafikai: 2a, 2b, 2c pav.). Siaura grafiko kreivė vaizduoja, kaip per kiekvieną užsiėmimą keičiasi dalyvio savęs vertinimas, plati kreivė – kaip kinta grupės atliktas vertinimas, t. y. visų grupės narių atliktų vieno dalyvio vertinimų vidurkis.



2a pav. Dalyvio savęs vertinimas ir grupės atliktas vertinimas (pagal autentiškumo kriterijų)



2b pav. Dalyvio savęs vertinimas ir grupės atliktas vertinimas (pagal jausmų raiškos kriterijų)



2c pav. Dalyvio savęs vertinimas ir grupės atliktas vertinimas (pagal empatijos kriterijų)



Dalyvio savivokos adekvatumo pokytis (A) nustatytas taip:

1. Pagal visus tris klausimyno kriterijus apskaičiuoti dalyvio savęs vertinimo ( $x$ ) ir grupės atlikto vertinimo ( $X$ ) vidurkiai per pirmus tris grupės užsiėmimus ( $x_1$  ir  $X_1$ ) ir per paskutinius tris užsiėmimus ( $x_2$  ir  $X_2$ ).

2. Nustatytas dalyvio savęs vertinimo ir grupės atlikto vertinimo skirtumas ( $S$ ): per pirmus tris grupės užsiėmimus ( $S_1 = (x_1 - X_1)$ ), per paskutinius tris grupės užsiėmimus ( $S_2 = (x_2 - X_2)$ ).

$S_1$  ir  $S_2$  reikšmės pateiktos 1 lent. ir 3 pav.

3. Apskaičiuotas šių skirtumų pokytis:  $A = S_1 - S_2$ . Tai ir yra savivokos adekvatumo pokyčių rodiklis. Kuo labiau sumažėjo skirtumas tarp grupės atlikto vertinimo ir dalyvio savęs vertinimo, t. y. kuo reikšmė  $A$  didesnė, tuo adekvatesnė grupės darbo metu tapo dalyvio savivoka (pvz., iš 1 lent. ir 3 pav. matyti, kad intensyviausi grupėje buvo dalyvio  $L$  ir dalyvio  $S$  savivokos adekvatumo pokyčiai).

Analizuojant savęs vertinimo ir grupės atlikto vertinimo dinamiką grupėje paaiškėjo, kad net dvylikos (iš šešiolikos) dalyvių savęs vertinimo svyravimai sumažėjo, t. y. jie ėmė save vertinti stabiliau pagal autentiškumo kriterijų (žr. 2a pav.). Galima spėti, kad, artėjant prie grupės darbo pabaigos, dalyviai vertindami save pradėjo daugiau remtis vidiniais kriterijais, t. y. jų savivoką mažiau ėmė veikti "suvoktas vertinimas".

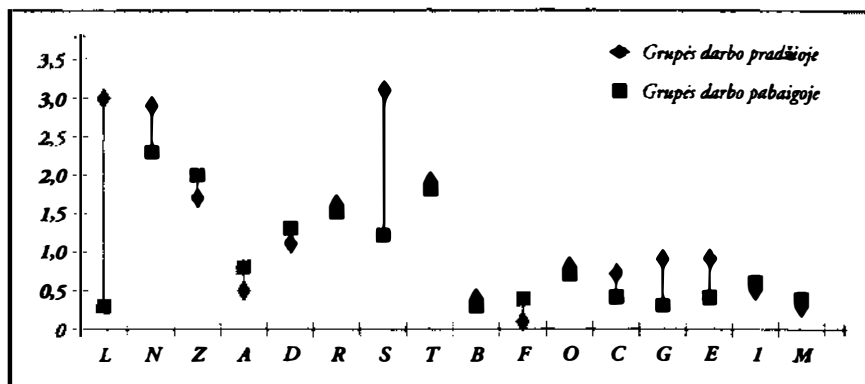
Taip pat paaiškėjo, kad dešimt (iš šešiolikos) dalyvių grupės darbo pabaigoje pagal visus kriterijus ėmė save vertinti aukščiau negu pradžioje. Labiausiai dalyvių savęs vertinimas pakilo pagal jausmų raiškos kriterijų (žr. 2b pav.). Galbūt tai reiškia, kad grupių dalyviai save pradėjo suvokti kaip spontaniškesnius.

Pažymėtina, kad grupė visus anksčiau paminėtus dešimt dalyvių per paskutinius užsiėmimus taip pat pradėjo vertinti aukščiau, negu grupės darbo pradžioje (žr. 2a, 2b, 2c pav.). Tai rodo, jog daugumos dalyvių savęs vertinimas grupėje kito paraleliai su grupės vertinimais. Iš to, matyt, galima spręsti, kad dalyvių savivoka grupės darbo metu darėsi adekvatesnė. Tą patvirtina ir skirtumų tarp dalyvio savęs vertinimo ir grupės atlikto vertinimo pokyčiai (žr. 1 lent.). Palyginus šį skirtumą grupės darbo pradžioje ir pabaigoje matyti, kad dešimčiai dalyvių jis sumažėjo (žr. 3 pav.).

Tuo remiantis galima teigti, kad daugumos (10 iš 16) dalyvių savivoka tapo adekvatesnė, t. y. skirtumas tarp to, kaip žmogus suvokia save, ir to, kaip jį suvokia kiti, sušvelnėjo.

1 lentelė. Savivokos adekvatumo pokyčiai

Dalyvio savęs vertinimo ir grupės atlikto vertinimo skirtumai																
Grupių dalyviai																
	L	N	Z	A	D	R	S	T	B	F	O	C	G	E	I	M
Pirmų 3 užsiėmimų (S1)	3,0	2,9	1,7	0,5	1,1	1,6	3,1	1,9	0,4	0,1	0,8	0,7	0,9	0,9	0,5	0,3
Paskutinių 3 užsiėmimų (S)	0,3	2,3	2,0	0,8	1,3	1,5	1,2	1,8	0,3	0,4	0,7	0,4	0,3	0,4	0,6	0,4
Skirtumų pokyčiai (A)	2,7	0,6	0,3	0,3	0,2	0,1	1,9	0,1	0,1	0,3	0,1	0,3	0,6	0,5	0,1	0,1
Pokyčių rangai	1	3	9	9	8	6	2	6	6	9	6	5	3	4	7	7



3 pav. Dalyvio savęs vertinimo ir grupės atlikto vertinimo skirtumai

Savivokos realistiškumo pokyčiai, savivokos darnos pokyčiai bei savivokos pokyčių kokybinis įvertinimas atliktas remiantis repertuarinių gardelių duomenimis. Duomenys apdoroti ESM standartiniu statistiniu paketu "Statistika".

**Savivokos realistiškumo pokyčiai.** Dalyvių savivokos realistiškumą atspindi "realiojo aš" ir "idealojo aš" suderinamumas (RIS), išreikštas koreliacijos koeficientais<sup>3</sup> ( $\rho$ ). Palyginus šių koreliacijų reikšmes grupės darbo pradžioje (1 tyrimas) ir jos darbo pabaigoje (2 tyrimas), aišku, kaip grupėje keitėsi dalyvio "realiojo aš" ir "idealojo aš" suderinamumas.

<sup>3</sup> Šiame tyrime koreliacija tarp savivokos aspektų skaičiuota remiantis tik Spirmeno ranginiu koreliacijos koeficientu (koreliacijų patikimumo lygmuo – 0,01).

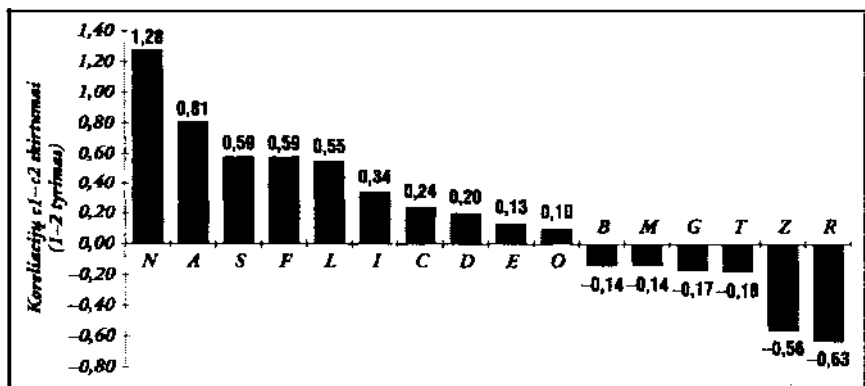
Kiekvieno grupės dalyvio savivokos realistiškumo pokytis  $R_{(RIS)}$  apskaičiuotas “realiojo aš” ir “idealojo aš” koreliacijų skirtumą ( $\rho_2 - \rho_1$ ) padauginus iš 100.

Kuo didesnė rodiklio  $R_{(RIS)}$  reikšmė, tuo realistiškesnė tapo dalyvio savivoka (neigiamos  $R_{(RIS)}$  reikšmės žymi savivokos realistiškumo sumažėjimą).

$R_{(RIS)}$  duomenys pateikti 2 lentelėje ir 4 pav.

2 lentelė. “Realiojo aš” ir “idealojo aš” suderinamumo pokyčiai

Koreliacijų c1-c2 skirtumai																
Grupių dalyviai																
	N	A	S	F	L	I	C	D	E	O	B	M	G	T	Z	R
P-1 tyrimas	-0,14	0,32	-0,52	-	0,04	-	-	0,13	-	-	-	-	-	-1,21	0,95	-0,14
1-2 tyrimas	1,28	0,81	0,59	0,59	0,55	0,34	0,24	0,20	0,13	0,10	-0,14	-0,14	-0,17	-0,18	-0,56	-0,63
2-3 tyrimas	-0,84	0,11	-0,49	-0,04	-0,10	0,21	-0,43	0,48	0,49	-0,08	0,26	0,27	0,17	0,74	-0,51	1,25
$R_{(RIS)}$ , 1-2 tyr.	128	81	59	59	55	34	24	20	13	10	-14	-14	-17	-18	-56	-63
Pokyč. rangai	1	2	3	3	4	6	7	8	12	13	11	11	10	9	5	9



4 pav. Savivokos realistiškumo pokyčiai -  $R_{(RIS)}$

Žiūrint į 4 pav., matyti, kad dešimties (iš šešiolikos) dalyvių “realiojo aš” ir “idealojo aš” suderinamumas (RIS) padidėjo, ir žymiai stipriau, negu RIS sumažėjo likusiems šešiams dalyviams.

Iš tikro aišku, kad grupėje vyko teigiami savivokos pokyčiai, t. y. dalyvių “idealūsias” artėjo prie jų “realiojo aš”. Šie rezultatai byloja apie tai, kad dalyviai realiau pradėjo suvokti savo galimybes ir ribas, atsisakė nerealių idealų ir laukimų.

Palygintus iki grupės darbo pradžios (P–1 tyr.) vykusią dalyvių savęs suvokimo dinamiką (t. y. RIS pokyčius) su RIS grupės darbo metu (1–2 tyr.), nustatyta, kad šešių dalyvių (iš aštuonių) “realiojo aš” ir “idealojo aš” suderinamumas (RIS) padidėjo grupėje žymiai stipriau negu kad iki grupės darbo pradžios (2 lentelė).

Tai rodo, kad grupėje RIS dinamika ryškiai suintensyvėjo. Tą patvirtina ir didėjančią savivokos realistiškumą atspindintys grupės darbo metu atsiradę stiprūs ryšiai tarp dalyvių “realiojo aš” ir “idealojo aš” – keturiolikos (iš šešiolikos) dalyvių nereikšmingos koreliacijos tarp minėtų savivokos aspektų virto reikšmingomis.

Nagrinėjant dalyvių savivokos dinamiką po grupės, galima įžvelgti, kad tų dalyvių, kurių RIS reikšmės grupėje mažėjo (2 lent., 1–2 tyr.), praėjus 3 mėn. po grupės darbo pabaigos (2 lent., 2–3 tyr.), jos žymiai šoktelėjo aukštyn. Tai, matyt, reikėtų aiškinti kaip latentinį fenomeną, pasireiškiantį tik praėjus tam tikram laikui po grupės užsiėmimų.

Įdomu, kad atvirkščiai anksčiau pastebėtai tendencijai, kai kurių dalyvių “realiojo aš” ir “idealojo aš” suderinamumas, grupėje žymiai didėjęs (2 lent., 1–2 tyr.), pasibaigus jos darbui sumažėjo (2 lent., 2–3 tyr.). Matyt, šiems dalyviams grupė buvo svarbus palaikymo šaltinis ir ta aplinka, kurioje jie leido sau būti tokie, kokius nori save matyti; grupės užsiėmimams pasibaigus, šie dalyviai tikriausiai nesugebėjo įgyto patyrimo pritaikyti gyvenime. Tam galėjo trukdyti ir žemas jų savęs vertinimas.

Palyginus P–1 tyrimo duomenis su 2–3 tyrimo duomenimis matyti, kad po grupės darbo pabaigos dalyvių RIS kito intensyviau negu iki jos pradžios. Be to, matyti, kad tų dalyvių, kurių vienintelių RIS grupėje nepadidėjo, šie rodikliai smarkiai pakilo praėjus 3 mėn. po grupės darbo pabaigos (2 lent.).

Vadinasi, visų šešiolikos dalyvių RIS, jei ne dirbant grupėje, tai 3 mėn. po to, padidėjo. Tai leidžia manyti, kad grupės užsiėmimų metu vyko tam tikri dalyvių savivokos pokyčiai (tebesitęsiantys ir po grupės), dėl kurių dalyvių savivoka tapo realistiškesnė.

**Savivokos darnos pokyčiai.** Dalyvio savivokos darna įvertinta apskaičiavus “realiojo aš” ir “veidrodinio aš” suderinamumą (RVS), t. y. “realiojo aš” elementų grupės ir “veidrodinio aš” elementų grupės koreliacijos koeficientus. Palyginus šias 1 ir 2 tyrimų koreliacines reikšmes aišku, kaip grupėje kito dalyvių “realiojo aš” ir “veidrodinio aš” suderinamumas.

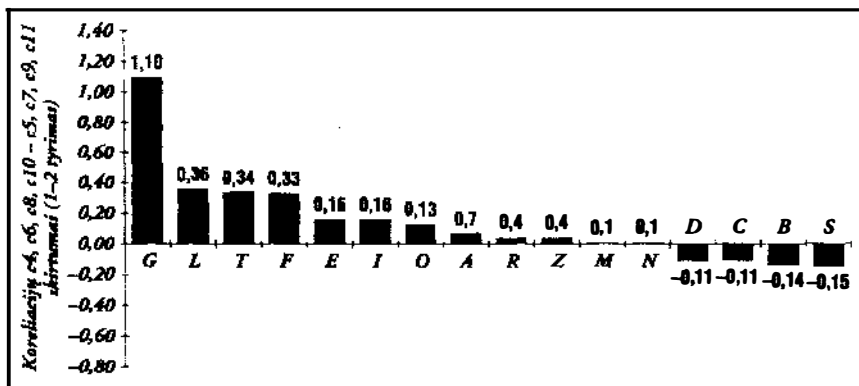
Kiekvieno grupės dalyvio savivokos darnos pokytis  $V_{(RVS)}$  gautas “realiojo aš” ir “veidrodinio aš” koreliacijų skirtumą ( $\rho_2 - \rho_1$ ) padauginus iš 100.

Kuo didesnė  $V_{(RVS)}$  reikšmė, tuo dalyvio savivoka tapo darnesnė (neigiamos  $V_{(RVS)}$  reikšmės rodo savivokos darnos sumažėjimą).

$V_{(RVS)}$  duomenys pateikti 3 lentelėje ir 5 pav.

3 lentelė. "Realiojo aš" ir "veidrodinio aš" suderinamumo pokyčiai

Korelacijų c4, c6, c8, c10 – c5, c7, c9, c11 skirtumai																
Grupių dalyviai																
	G	L	T	F	E	I	O	A	R	Z	M	N	D	C	B	S
P-1 tyrimas	-	0,00	-0,11	-	-	-	-	-0,07	0,06	-0,01	-	-0,08	-0,07	-	-	0,01
1-2 tyrimas	1,10	0,36	0,34	0,33	0,16	0,16	0,13	0,07	0,04	0,04	0,01	0,01	-0,11	-0,11	-0,14	-0,15
2-3 tyrimas	-0,70	-0,11	-0,35	0,14	-0,18	0,18	0,12	-0,09	-0,01	-0,29	-0,11	-0,08	-0,01	-0,15	0,04	0,14
$V_{(RVS)}$ 1-2 tyr.	110	36	34	33	16	16	13	7	4	4	1	1	-11	-11	-14	-15
Pokyč. rangai	1	2	3	4	5	5	6	7	8	8	9	9	10	10	11	12



5 pav. Savivokos darnos pokyčiai –  $V_{(RVS)}$

Kaip matyti iš 5 pav., dvylikos dalyvių "realiojo aš" ir "veidrodinio aš" suderinamumas (RVS) grupėje padidėjo. Tai rodo, kad tendencingas kitų žmonių vertinimų suvokimas ir iškreipta savivoka grupės darbo metu tolydžio keičiasi. Didėjantis atitikimas tarp žmogaus "realiojo aš" ir "veidrodinio (socialinio) aš" reiškia, jog asmenybės savivoka tampa darnesnė.

Žiūrint į 5 pav., krenta į akis tai, kad penkių (iš aštuonių) dalyvių “realiojo aš” ir “veidrodinio aš” suderinamumas (RVS), iki grupės darbo pradžios mažėjęs ar mažai tepakitęs, grupės darbo metu padidėjo. Pažymėtina, kad grupės darbo pabaigoje visi šie dalyviai ėmė save vertinti kaip jautresnius – pakilo jų savęs vertinimas pagal empatijos kriterijų (žr. 2c pav.). Taigi galima teigti, kad kylant dalyvių savęs vertinimui mažėjo atotrūkis tarp jų savivokos ir jų “suvokto vertinimo”, t. y. didėjo savivokos darna.

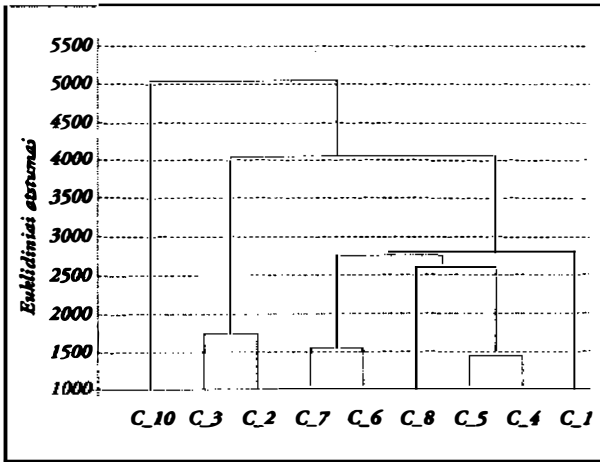
Penkių (iš aštuonių) grupės dalyvių RVS per 3 mėn. po grupės darbo pabaigos padidėjo stipriau nei per tą patį laiką iki jos darbo pradžios (3 lentelė). Galima manyti, kad šių dalyvių savivokos darna didėjo ir po grupės darbo, nors ir ne taip stipriai, kaip dirbant grupėje.

Aštuonių (iš dvylikos) dalyvių grupės darbo metu padidėjęs RVS, praėjus 3 mėn. po grupės darbo, šiek tiek sumažėjo (3 lentelė). Atsižvelgiant į gana stipriai grupėje kitusį minėtų dalyvių savęs vertinimo ir grupės atlikto vertinimo santykį (žr. 3 pav.), RVS mažėjimą po grupės, matyt, galima traktuoti kaip didėjančią savivokos diferencijuotumą; tada RVS mažėja, savivokai liekant darniai. Kaip rodo kokybinis savivokos sistemų vertinimas (žr. žemiau), šių dalyvių savivokos sistema iš tikrųjų tapo ir darnesnė, ir diferencijuotesnė. Tai suteikia vertingą išvargą, jog tam, kad savivoka taptų darnesnė, ji turi tapti ir diferencijuotesnė. Tai reiškia, kad savivokos sistema keičiasi, kartu vykstant joje diferenciacijos ir integracijos procesui.

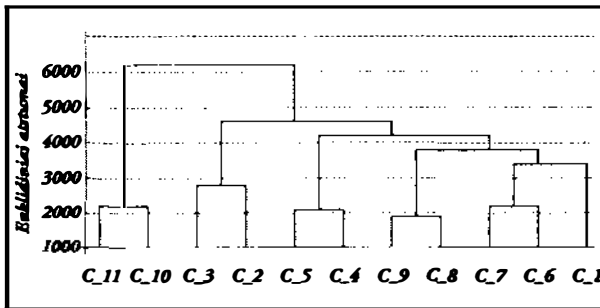
Apibendrinant savivokos darnos pokyčius, galima pažymėti, kad grupės darbo metu ir per 3 mėn. po grupės užsiėmimų RVS kito daug intensyviau nei iki grupės užsiėmimų pradžios. Tai byloja apie grupės dalyvių “realiojo aš” ir “veidrodinio aš” suartėjimą. Kiek šie pastebėjimai pagrįsti ir kiek tiksliai RVS pokyčiai grupėje atspindi didėjančią savivokos darną, leis patikrinti kokybinis savivokos vertinimas.

**Kokybinis savivokos pokyčių vertinimas.** Siekiant atskleisti, kaip grupės darbo metu kito asmens savivokos sistema (t. y. ryšiai tarp atskirų savivokos elementų), “suderintų porų metodu” [Norusis, 1988, p. 83] buvo atlikta savivokos elementų klasterių analizė. Euklidiniai atstumai tarp visų savivokos elementų atspindi bendrame grupės dalyvių klasteriniame medyje. Psichologinei klasterinio medžio interpretacijai kaip atskaitos taškas pasirinktas euklidinis atstumas 1 000 (6 ir 7 pav.).

<sup>4</sup> “Suderintų porų metodu” labiausiai susiję elementai sujungiami į artimiausius klasterius su mažiausiais euklidiniais atstumais.



6 pav. Bendras dalyvių klasterinis medis



7 pav. Bendras dalyvių klasterinis medis

Palyginus bendrą dalyvių klasterinį medį grupės darbo pradžioje (6 pav.) ir jos darbo pabaigoje (7 pav.), pavyko išvelgti bendras savivokos pokyčių tendencijas grupės darbo metu. Kaip matyti iš pirmojo klasterinio medžio (6 pav.), grupės darbo pradžioje dalyvių savivokos sistema buvo fragmentiška, ryšiai tarp atskirų savivokos aspektų silpni, izoliuotas elementas c10 (“Aš, koks(-ia) esu su priešišku žmogumi”) ir visai į savivokos sistemą neintegruoti elementai c11 (“Aš, kokį(-ią) mane mato priešiškas žmogus”) ir c9 (“Aš, kokį(-ią) mane mato artimiausias žmogus”) gali reikšti, kad dauguma dalyvių šiuos savivokos aspektus neigia ir nesieja jų su savo “aš struktūra”.

Pažvelgus į antrąjį klasterinį medį (7 pav.), rodantį bendrus bruožus dalyvių savivokos sistemos grupės darbo pabaigoje, matyti, kad jos klasterių struktūra tapo labiau integruota ir sustruktūrinta; atsirado gausesnių ir tampresnių ryšių tarp savivokos elementų, o tai rodo padidėjusį savivokos sistemos darnumą ir diferencijuotumą; seniau neigti savivokos aspektai (c9, c10, c11) čia jau įtraukti į “aš struktūrą” – tai terapinių pokyčių požymis. Galima išvelgti ir grupės pabaigoje padidėjusią darną tarp dalyvių savęs vertinimo (“aš, koks(-ia) esu...”) ir “suvokto vertinimo” (“aš, koki(-ią) mane mato...”) – jų “realiojo aš” aspektai c4, c6, c8, c10 susijungę į tvarkingas poras su atitinkamais “veidrodinio aš” aspektais c5, c7, c9, c11.

Visa tai leidžia manyti, kad grupės darbo metu dalyvių savivokos sistema tapo harmoningesnė. Tai gerai sustruktūrinta sistema, kurios elementai susiję tarpusavyje tampa prielaidais, bet paslankiais ryšiais į kelis susijusius klasterius. Kadangi harmoninga savivokos sistema padeda suvokti save ir aplinką kaip visumą ir kartu gerai diferencijuoti savo potyrius bei situacijas, ji yra realistiškos, adekvačios ir darnios savivokos požymis.

Taigi savivokos klasterių analizė dar labiau išryškino ir patvirtino šiame tyrime atskleistus asmens savivokos realistiškumo, adekvatumo ir darnos pokyčius.

### Išvados

1. Bibliodramos grupėje išryškėjo bendros savivokos pokyčių tendencijos – grupės dalyvių savivoka tapo realistiškesnė, adekvatesnė ir darnesnė.
2. Grupėje išryškėję savivokos realistiškumo ir darnumo pokyčiai daugumai dalyvių tebesitęsė ir pasibaigus grupės darbui.

### Literatūra

1. Andriessen, H., Derksen, N. Lebendige Glaubensvermittlung im Bibliodrama. Mainz: Matthias-Gruenewald-Verlag, 1991.
2. Cohn, C. R. Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion. Stuttgart: Kreuz Verlag, 1981.
3. Ford, K. M., Petry, E. F., Adams-Weber, J. R., Chang, P. J. An Approach to Knowledge Acquisition Based on the Structure of Personal Construct Systems // Transactions on Knowledge and Data Engineering. 1991. N. 1. P. 215–236.



4. John, O. P., Robins, R. W. Accuracy and Bias in Self-Perception // Journal of Personality and Social Psychology. 1994. N. 4. P. 207–218.
5. Langer, H. Vielleicht sogar Wunder. Stuttgart: Kreuz Verlag, 1991.
6. Passauer, R. Bibliodrama und Seelsorge // Bibliodrama / A. Kien (ed.). Stuttgart: Kreuz Verlag, 1987. P. 44–46.
7. Rogers, C. R. On Becoming a Person. Boston: Houghton Mifflin, 1961.
8. Rogers, C. R. Client-Centered Therapy. Boston: Houghton Mifflin, 1965.
9. Бернс Р. Б. Развитие “Я” концепции и воспитание. Москва: Прогрес, 1986.
10. Исурина Г. Л. Механизмы психологической коррекции личности в процессе групповой психотерапии в свете концепции отношений // Групповая психотерапия / Карвасарский Б. Д., Ледер Ц. (ред.). Москва: Медицина, 1990. С. 89–120.
11. Франселла Ф., Баннистер Д. Новый метод исследования личности. Москва: Прогрес, 1987.

# THE ALTERATIONS OF PERSONAL SELF-PERCEPTION IN THE BIBLIODRAMA GROUP

GIEDRIUS MARKEVIČIUS

## Summary

In the context of group psychotherapy, bibliodrama is a modern group method uniting exegesis, drama, and psychotherapy. It enables – based upon the hermeneutical recall principle of human experiences, identification techniques, and feedback from the process of interpersonal interaction – every participant to deepen his/her own reflection and correct his/her self-perception.

In this research the theoretical principles of bibliodrama, based on the dynamics of the personality's self-perception (I-structure) described by C. R. Rogers, were set forth; the repertory grid method was presented and research based upon it was carried out.

The task of this research, based upon the repertory grid method, was to analyze the common regularities of self-perception dynamics in the bibliodrama group.

For this purpose, students of Vilnius universities were examined (a total of 16 participants of 2 bibliodrama groups).

The research proved the hypothesis: the self-perception of participants of bibliodrama became more congruent, more realistic, and more integral. It was ascertained that the personality's fragmentary system of self-perception altered towards an articulated system.

The alterations of personal self-perception noticed in the bibliodrama group continued after the group work as well.